# HELSOVÄNNEN

Årg. 8. 1893.

Annonsbilaga.

N:r 3. 1 Februari.

**Annonspris:** 30 öre för finstilsrad (första sidan 45 öre). *Utländska annonser:* förhöjning med 33 1/3 proc.



# Helsovännens Flygskrifter.

Årgången 1892 innehåller följande skrifter:

**N:r 1: Tobaksbrukets faror** med följande värdefulla uppsatser: 1. Om nikontinförgiftning af prof. *N. G. Kjellberg;* 2. Hvilka faror komma af tobaken? af med. d:r *H. Selldén;* 3. Tolf frågor rörande tobaken, besvarade af tolf läkare, yttranden samlade af *E. Lund;* 4. Fordomtida strider mot tobaken. — Pris 25 öre.

**N:r 2: Rusdryckerna och deras missbruk, statistiska bidrag till nykterhetsfrågans belysning** af *Gustaf Sundbärg.* — Pris 25 öre.

**N:r 3: Huru få god och billig mat?** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 4: Om bleksot** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 5: Influensan** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 6: Om bad och badning** af prof. *C. Curman.* — Pris 25 öre.

**N:r 7: Hvad skola vi dricka?** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 15 öre.

**N:r 8: Om koleran,** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 9: Huru förhindra farsoters spridning?** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 10: Huru skola vi kläda oss?** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

**N:r 11: Huru skydda oss mot lungsot?** af d:r *O. Torstensson.* — Pris 15 öre.

**N:r 12: Ungdomens farligaste fiende,** af d:r *E. W. Wretlind.* — Pris 25 öre.

☞ **Hela denna samling kan erhållas för 2 kr., då beloppet bäst insändes genom postanvisning. — För utlandet tillkommer 40 öre i porto.**

**Obs.** Detaljpriserna för alla 12 numren, som hålla tillsammans 278 sidor tätt tryck, är 2 kr. 80 öre.

**Obs.** *Helsovännens Flygskrifter fortgå icke detta år.*

(17) **Helsovännens expedition,** *Stockholm.*

Bästa skydd mot köld och värme

äro:

# BENGER'S

enda äkta

**Normal-Underkläder.**

**Prisbelönta med 6 Guldmedaljer.**

*Illustrerad Katalog gratis.*

Fabriks-Nederlag hos: G. Widinghoff,

**19 Drottninggatan 19,** STOCKHOLM.

**General-Depôt:** **GÖSTA VIDINGHOFF.** (5×5)

---

# Lakola

en ny frukostdryck, — höjer alla de inre organens verksamhet, förekommer vid dagligt bruk förstöring af hjärn-, nerv- och muskelväfnaderna, samt håller hela kroppssystemet i friskt och normalt tillstånd. Lika förträffligt för den strängt arbetande, som för epikuréen. Finnes äfven i tabletter bekväma att medföra i västfickan.

**Lakolapulver** finnes till salu härstädes i *Sportmagasinen G. Bastman* 24 Kungsträdgårdsgatan och *M. Widforss* Wasagatan 8 och hos de förnämsta *Specerihandlarne* samt i *Malmö* å apoteket Lejonet till pris af 1 kr. pr burk.

**Lakola-tabletter** finnas äfven i askar à 1 kr., 50 öre eller 25 öre.

**I parti hos E. Nyman, Kommendörsgatan 6, I tr.** (20×4)

---

# Lactoserin-Cacao,

sammansatt af **renaste cacao** och **lactoserin,** enligt **W. Rehnströms patent.**

**Välsmakande, kraftigt närande, helsosam,**

enligt analys och intyg af Professorerne C. R. Bergstrand och Olof Hammarsten, Med. Doktor Ch. Em. Hagdahl m. fl.

FABRIKS-MÄRKE.

Då **lactoserin** leder sitt ursprung uteslutande från mjölk, så är den i och för sig faktiskt närande och helsosam.

**Lactoserin-Cacao,** som håller betydligt mindre af det svårsmälta cacaofettet, än andra cacaosorter, är således lättsmält och att rekommendera för såväl friska som sjuka personer.

**Se Helsovännen den 1 Februari 1892.**

Finnes att tillgå hos Herrar Specerihandlande samt i parti hos **Th. Winborg & C:o,**
Kongl. Hofleverantör.
**Stockholm.**

(19×24)

# HELSOVÄNNEN

TIDSKRIFT FÖR

ALLMÄN OCH ENSKILD HELSOVÅRD.

Årg. 8. 1893. | UTGIFVARE D:r E. W. WRETLIND. | N:r 3. 1 Febr.

**Pris i Skandinavien: 2 kr. 50 öre för helt, 1 kr. 50 öre för halft år.**

***Innehåll:*** Den nuvarande mansdräkten från hälsans synpunkt af d:r *Henrik Berg* (slut). — Vår belysning af prof. *Max v. Pettenkofer.* — Slutsatser eller summan af hälsoläran af d:r *A. Andrée.* — Bakteriers afsöndring ur kroppen. — Regntäta kläder. — Blyhalt i kokkärl. — Mot »onda bettet». — Smärre meddelanden: Hafskuranstalter för skrofulösa barn vid Styrsö; Lagstiftningen för barns arbeten i fabriker i Frankrike; Alkoholismen i Belgien; Förgiftning genom konserver; — Breflåda.

## Den nuvarande mansdräkten från hälsans synpunkt.

Af d:r HENRIK BERG.

(Slut från sid. 27).

En tredje princip vid beklädnaden är, att *bålen skall vara likformigt betäckt.* Men se, det är just, hvad den *icke* är i vår nuvarande kostym. Vår nuvarande mansdräkt är ofantligt komisk, när man betraktar den. Vi börja med det parti af vår kropp, som kallas bålen. Vi skratta åt damernas snörlif och göra oss märkvärdiga öfver dem. Men låt oss i stället gå till oss själfva. Vi börja med skjortan. Jag tänker mig en herre i stärkskjorta. Han har framtill ett stort rektangulärt stycke, som är indränkt med stärkelsemjöl. På midten ligga prässade veck. I ett af dessa är ett stort hål på längden, i hvilket sitta tre knappar. Så ser en modern herrskjorta ut. Det där plagget är förskräckligt tokigt, ty det styfva skjortbröstet släpper icke igenom luften. — Men är bålen för öfrigt likformigt beklädd? Nej, visst icke! Här möter oss *västen,* förfärdigad af ett tunnt ryggstycke och ett tjockt framstycke. I nio fall af tio skall jag finna, att om jag knäpper upp västen på en herre och ber honom göra en inandning samt sedan försöker knäppa igen västen, blir det en eller ett par tum,

som fattas mellan knapparne och knapphålen. Västen är måttagen icke i bröstkorgens högsta möjliga ställning utan i en insjunken ställning. Jag har försökt detta på många patienter. Det är sällan, jag träffat på en herre, hvilkens väst ens går ihop i midten, så att den kan knäppas, när han spänner ut bröstet. När jag hos skräddare tar mått på en väst, spänner jag alltid ut bröstet så mycket jag kan. Och då har jag ofta fått höra skräddaren säga: »Men så där går Ni väl inte!» — »Nej, men det kan hända, att jag andas så mycket, och då bör västen vara så rymlig, att den icke tränger.» Huru jag förmanar och predikar, händer det dock, att jag fått västar, som varit så små, att jag icke alls kunnat trifvas i dem.

Västen har för öfrigt ett annat stort och betänkligt fel. Den är i de flesta fall öppen och på moderna västar så öppen, att just öfver bröstet och ända ned till maggropen ett väldigt stycke af tyget är urklippt. Sedan hänger man en halsduk öfver för att skyla nakenheten. För att en väst något så när skall motsvara de fordringar, som kunna ställas på densamma från hälsans synpunkt, skall den åtminstone vara knäppt ända upp. Vidare skall den icke vara af tunnare tyg baktill än framtill.

Så komma vi till *rocken.* Här möter oss rockar i den s. k. »svalstjärtfasonen.» Det är ett plagg, som lämnar maggropen och underlifvet bara men är försedt med ett par klippta vingar midt för bakdelen af mannen. Det finnes intet förnuftigt skäl för dessa vingar. Jag kan icke tänka mig annat, än att någon skräddare har sett en svala med sin klufna stjärt och tänkt: »nu klipper jag ett liknande snitt i mannens skört.» — Hvad angår möjligheten att knäppa en rock, den må vara af hvad fason som helst, är denna sällan beräknad. De flesta herrar sitta med rocken uppknäppt. Rocken skyddar armarna, ryggen och sidorna men icke framsidan. Det är således en högst ojämn fördelning. Måhända resonnera skräddarna som så: »Det är öfverflödigt att, när rocken betäcker ryggen, göra bakstycket af västen så tjockt; men i framsidan sätter jag tjockare tyg, ty där har man i alla fall rocken öppen.» Det är märkvärdigt att se, huru de flesta herrar komma med rocken öppen och låta luften spela in. Det är, som sagdt, egentligen blott armarna, som äro betäckta af rocken. Bålen har bra liten nytta af den från värmens synpunkt, utom när den är knäppt. Men bålen skall vara *likformigt* betäckt, det är en af hufvudreglerna i fråga om mannens dräkt.

För det fjärde bör man begagna *icke styfva utan mjuka plagg* och detta af två skäl. Dels därför, att styfva plagg icke passa efter vår kropp, dels emedan de icke släppa igenom luften. Det är sålunda oriktigt att hafva styfva hattar. Vi svettas och afsöndra äfven talg genom körtlarna i hufvudet. De afsöndrade gasformiga ämnena kunna icke fritt passera genom en hård hatt; alltså samlar sig osundhet innanför kullen. Äfven de styfva kragarna äro ofysiologiska lika väl som stärkbröst och styfva manschetter. Icke styfva utan mjuka tyger skola användas till hela vår beklädnad.

För det femte: *Kläderna få icke hafva onödig tyngd,* ty när jag går, bär jag naturligtvis på mina kläder. Det kostar ett visst

arbete att bära en börda. Och den börda, som representeras af våra kläder kan vara ganska tung. Tänk efter, huru det är med dem, som gå i päls, huru trötta de blifva. Och dock ser man nu för tiden ganska klena människor klädda i päls eller förunderligt tjocka vinterkläder. Det är en börda, som är ganska aktningsvärd, och som i de flesta fall är alldeles öfverflödig. Ju lättare kläderna äro, på samma gång de för öfrigt motsvara hälsans anspråk, dess bättre.

För det sjette: *Kläderna få icke hindra våra rörelser.* Men detta gör t. ex. en öfverrock, som går ned till knäna. Om jag skulle ställa upp ett led på 50 man, klädda i långa, riktigt tillknäppta öfverrockar med vadderade axlar och därbredvid ett annat led af männer, som voro klädda i kavajer, samt kommenderade: Framåt, språngmarsch, skulle vi få se, huru de sista skulle vinna. De tunga öfverrockarna hindra nämligen rörelsen. Jag har ofrivilligt försökt detta, när jag ibland måst springa med öfverrock på. Men hindrar öfverrocken språnget, så hindrar den äfven *gången.* Det är icke någon så alldeles obetydlig kraft, man får utveckla, för att för hvarje steg lyfta undan den tunga rocken.

Fig. 9.

För det sjunde: *Våra kläder böra vara afpassade efter värmeregleringsförhållandena.* Vi måste tänka ut en kostym så beskaffad, att den passar både för våra vintrar och våra somrar.

Slutligen för det åttonde: *Dräkten måste vara estetisk, d. ä. tillfredsställande både smakens och anständighetens kraf.*

Vi hafva här i Stockholm kårer, som något så när äro klädda efter hälsans fordringar; det är våra brandkårer. Åt deras kostym vill jag skänka mitt stora erkännande. Brandsoldatens benkläder äro visserligen långa, men under tjänstgöring begagnar han höga kragstöflar, så att ingen luft då kommer in nedtill. Vidare har han en blus med ärmar, som äro tillknäppta vid handleden. Någon väst har han däremot icke. Lifvet är omgjordadt med ett bälte. Rocken är försedd med en mjuk krage och har korta skört, som icke hindra benen att springa. Se vi efter, skola vi finna, att här är icke fråga om att få en dräkt, som sitter åt. Blusen är försedd med ganska rikliga veck. Kostymen i sin helhet utmärker sig för stor prydlighet. (Se fig. 9).

Denna dräkt motsvarar på det hela de sju fordringar, jag uppställt. Den är varm och släpper tillika igenom luften. Man kan i denna kostym utveckla en kraft och rörelse, som icke är möjlig för

någon af oss i våra kostymer. Den är lätt. Och frågar jag, om brandsoldaten fryser, svarar han nej. Hans dräkt är också praktisk. Hvarje gång jag möter en trupp sådana soldater och ser dem marschera fram, beundrar jag skaparen af oss, ty jag får på dem se, hvilken figur skaparen verkligen har gifvit mannen.

Om vi nu betrakta bredvid brandsoldaten den man, som är blomman af det 19:de seklets skräddarkonst och fråga: »Hvilken vinner priset från vanlig estetisk synpunkt?» så tror jag ej att för oss uppstår någon tvekan. Om nu så verkligen är förhållandet, att det, som är *vackert*, äfven är *hälsosamt*, så påstår jag, att denna brandsoldatens kostym i det närmaste motsvarar de anspråk, vi kunna sätta på en fysiologisk dräkt. Jag tror icke, att våra artillerister med sina åtsittande jackor och byxor kunna uthärda en jämförelse med brandkårssoldaten.

* * *

Jag vill nu beskrifva, hur jag tänker mig, att en det sista århundradets man, en det 19:de seklets, bör kläda sig och därmed söka fastslå, huru vi en gång för alla skola kläda oss, hvilket dock icke hindrar rika omväxlingar.

Låtom oss börja från början, det är med skjortan. Skjortan må vara af ylle, bomull, s. k. Jægerylle eller af blaggarn. Det är i detta sammanhang alldeles likgiltigt, blott den är rymlig. Kneipp har rätt, när han säger, att skjortan och ärmarna skola vara veckrika. Det duger icke att hafva skjortor, som äro klistrade efter kroppen. Ärmarna skola vara säckformiga samt försedda med linningar. Grekerna hade en s. k. tunika. Det hade äfven de gamle nordmännen. Se på Frithiof i bakstammen af sitt skepp! I honom hafva vi en förträfflig typ, huru en nordisk viking var klädd. Något sådant som skjortbröst bör aldrig komma i fråga. Skjortan skall hafva ett veckrikt sprund och så en mjuk nedliggande krage. Den bör äga tillbörlig vidd kring halsen. Få vi nu en sådan skjorta, kommer redan detta plagg att värma oss högst betydligt.

Hvad skola vi hafva vidare? Jag tänker, att vi taga på oss ett par strumpor. I farfars dagar gingo bondgubbarna i Småland i långa strumpor, stora skor och knäbyxor. De *långa strumporna* hafva stora fördelar med sig, men man kan äfven använda korta strumpor, naturligtvis beroende på benklädernas längd. På foten har man skor eller vintertiden snörkängor räckande halfvägs upp till knäna, såsom våra skolpojkar hafva. Resårskor gillas icke. Men när jag nu kommit så långt, måste jag tala om byxorna. Jag känner mig icke alls tilltalad af de moderna, nedtill öppna, vida säckbyxorna. Det måste blifva ett förfärligt drag genom dessa. Om man har en god värme öfver magen, suges den luften undan, och den kalla stiger upp. Jag utgår däremot från den åsikten, att byxorna böra vara *dragfria*. De böra knytas till nedom knäna. Men för öfrigt må de gärna vara vida på alla håll. — Det påstås, att herrarna på 1500-talet hade så vida byxor, s. k. pluderhåsor, att det gick åt 50 alnar till ett par.

Och presterna lära hafva predikat emot dem från predikstolarne, påstående dem vara en djäfvulens uppfinning.

Men vi skola akta oss för öfverdrifter. Vi behöfva icke taga till så mycket tyg, men kunna ändå göra benkläderna vida enligt säckprincipen. De skola vara rymliga kring lifvet och få icke sitta åt om benen. Sedan skola de, som sagdt, knäppas till under knäna. Icke behöfva vi sätta på sådana där grannlåter som herrn från Karl XI:s dagar (fig. 4). Men vilja vi sätta på en enkel rosett, kunna vi göra det. Det finnes också ett annat sätt, och det är att särskildt på vintertiden låta byxorna gå ned ett stycke på benen och sedan knyta till dem. Jag har sett detta på norska jägare, när de marschera. De hafva snörstöflar och så byxorna åtdragna med ett slags rem, så att de sitta åt. Mitt förslag är, att våra byxor, såsom de norska jägarnas, skola vara vida men dragas åt nedtill. Det är ej af vikt, om de gömmas inuti kängorna eller knytas till utanpå. Jag är mycket tilltalad af att låta dem sluta ofvanför snörskorna. Då har man frihet att kröka benen huru som helst. Genom att hafva byxorna tilldragna får man en *varm* benbeklädnad. Jag är öfvertygad, att det nödvändighetsplagg, som heter kalsonger, då skall — från värmens synpunkt — blifva fullständigt obehöfligt, ty detta plagg är ett nödrop emot draget i byxorna.

Så komma vi till bålen. Man brukar tala om kärnpunkten i ett riksdagstal. Så är också bålen kärnpunkten i min kostym. Det finnes en professor i Tyskland, som heter Jæger. Han kallas också för Ylle-Jæger och är f. ö. veterinärprofessor. Han har skrifvit om yllet, att man blir »moraliskt förbättrad,» om man går i ylle. Och han har hittat på en kostym, som skall vara något riktigt non plus ultra, men som dock icke alls är något genialisk. Det är en uniformsrock med dubbla slag, och den kallar han för normalrock. Vi minnas, huru många för några år sedan gingo i denna dräkt och svettades i axelhålorna. Jægers normaldräkt hvilar på oriktiga principer. Ty hvarför skall man hafva dubbla slag på bröst och mage? Magen behöfver man nog skydda. Men bröstet, som är så väldigt pansarbeklädt, hvarför behöfver det mera skydd framtill än baktill? Man förkyler sig lättare på ryggen än framtill. Jæger säger, att de stora kärlen sammanlöpa i midten af bröstet. Det är icke sant. Framtill hafva vi inga stora kärl att vara rädda om. De ligga på djupet. Den jægerska dräkten utmärker sig icke alls för någon genialitet. Byxorna och ärmarna äro de samma som på vanliga dräkter. Den har blott *en* förtjänst. Den har ingen väst. Rocken har för öfrigt de långa dumma skörten. — Huru skola vi då kläda oss? Vi hafva talat om skjorta, strumpor, skor och byxor. Hvad skola vi hafva ofvanpå? Jo, en *blus*. Skola vi icke hafva någon *väst?* Nej, behöfves det, så tar jag en skjorta till, eller också sätter jag på mig för att hålla bålen varmare ett lifstycke af ylle utan ärmar, såsom våra småpojkar hafva. — Blusen skall vara veckrik både fram och bak, icke »välsittande». Våra skräddare lägga an på att få »välsittande» kläder. Men de borde framför allt lägga an på att få *veckrika* plagg. Mycken luft blir instängd innanför en veckrik blus. Vidare skall

denna hafva ett sprund, men inga långa skört. Och allra minst går jag in på, att den skall hafva någon slags svalstjärtfason. Skola skört finnas, hvilket är en oviktig sak, så böra de vara korta. — Unga män kunna ock lättare hafva korta skört än äldre män. Dessa kunna hafva behof af en längre rock, som tar sig värdigare ut.

Blusen skall vidare vara försedd med en nedvikt krage af samma färg och tyg. Vill man ståta, kan man naturligtvis begagna en väldig Gustaf Adolfskrage. Skräddarna skola nog visa sin uppfinningsförmåga i tillverkande af olika kragar.

Men ännu en sak. Till denna blus bör höra ett bälte. Dels erhåller bålen därigenom stadga, dels kan man i bältet stoppa ned åtskilliga småsaker, såsom portmonnä, klocka, knif, o. s. v. Detta bälte har också sin stora betydelse därigenom, att det håller underlifvet, maggropen och tarmkanalen varma. Skärpet är tillika klädsamt. Det kan ju, om man så vill, hafva silfverbeslag.

På hufvudet skall man hafva en *barett* mer eller mindre konstrikt anordnad, och, om man så önskar, prydd med en fjäder eller plym; eller ock en mjuk filthatt.

I stället för ötverrock böra vi begagna en rundskuren kappa. Jag har många gånger undrat på, hvarför icke Karl XII och hans drabanter förfröso under sina stränga krigsmarscher. Jo, bland annat därför att de voro klädda i kappor. En kappa instänger nämligen mycket luft. Den värmer fullt ut så mycket som den tjockaste öfverrock men har den stora fördelen med sig, att man kan kasta af den när som helst, om man blir för upphettad.

För att något bemöta den invändningen, att det icke skulle vara tillfälle vid en dräkt, sådan som den nu beskrifna, att på något sätt omväxla, vill jag säga, att denna kostym tillåter den största tänkbara omväxling i småsaker. Och just så skall det vara. Vi uppföra våra hus på olika sätt. Men principen för dem alla är den samma, nämligen uppvärmningsprincipen. Det är hygienen, som fastställer denna.

Först hafva vi med afseende på valet af färg tillfälle till stor omväxling. En herre han hafva gröna byxor och röd rock. En annan kan hafva sina kläder i andra färger, såsom det också faktiskt var brukligt på 1700-talet. I hvardagslag torde det vara trefligast att hafva kläderna i mörka tärger, men vid högtidliga tillfällen i brokiga, glada färger. Det är en förtviflad enformighet i vår moderna herrkostym. Vårt nuvarande mod har kommit från de aktningsvärda kväkarna. Dessa voro de första, som uppträdde i långa byxor och rockar med smala ärmar. Nu återgå vi enligt mitt förslag till ett mer naturligt, manligt och klädsamt mod. Och hvarför kunna icke vi i Sverige vara föregångare? Våra dalkullor genera sig ju icke för att gå i sina brokiga dräkter — fastän de icke äro hygieniska — och alla tycka, att de äro vackra.

Man har här i Stockholm bildat en reformdräktförening för kvinnor, som har till syfte att gifva kvinnan en mer fysiologisk klädedräkt. Skulle man icke tänka på att äfven bilda en *reformdräktförening för män?* Hvarför skola vi nödvändigt följa med hela det öfriga Europa? Gustaf III försökte införa en ny svensk national-

dräkt, och det var till en del detta försök, som kostade hans lif. Katarina II af Ryssland ingaf honom den tanken, men tillade: »Ni kan icke förmå er stolta svenska nation att antaga en sådan dräkt.» »Jo», svarade konungen. Och han försökte med tvång. Men detta jämte mycket annat förbittrade så hans undersåtar, att de sköto honom. Han fick icke igenom sin plan och det egentligen därför, att den kom med maktbud. Men om man framlägger saken, fotad på fysiologiska och hygieniska grunder; om den motsvarar vårt svenska skaplynne; om den har ett historiskt underlag för sig; och om den dräkt, man föreslår, är vacker, icke dyrbar utan t. o. m. billigare än den nuvarande, hvarför skola vi då låta herrar pariserskräddare bestämma modet för oss svenskar? — Jag må säga, att jag på fullt allvar funderar på att kläda mig efter de principer, jag nu har uppställt. Men jag vill hafva tid på mig. Får jag lefva tre, fyra år, så kommer jag kanske i en »originalkostym». Och jag hoppas, att många då skola följa mitt exempel, så att vi blifva spetsen på den snöplog, som skall nedbryta den allmänna opinionen och göra ett slut på den eländiga parisiska fin-de-siècle-kostymen.

---

# Vår belysning.

Af prof. Max v. Pettenkofer.

Våra bostäder erhålla sin upplysning dels på naturlig väg genom solen och dagsljuset, dels medelst konst genom olika ljuskällor.

Om den naturliga belysningen behöfver jag icke tala. Jag vill blott fästa uppmärksamheten därpå, att det härskande modet ofta i hög grad försyndar sig emot behofvet af ljus, när det med allt för tjocka och tunga förhängen förmörkar de fönster, hvilka ha till uppgift att insläppa ljuset i våra bostäder.

Den medelst konst åstadkomna belysningen erhålles hufvudsakligen genom stöpta eller formade ljus, oljelampor, gaslågor och elektriskt ljus.

Hvarje starkare ljuskälla bländar; blott fördeladt ljus fördrager vårt öga. Man skall därföre, såsom man säger, aldrig eller blott helt öfvergående se i ljuset. Svaga ljuskällor, t. ex. talg- och stearinljus, kunna utan skärm fördragas, men fotogenlampor, gaslågor och i synnerhet elektrisk belysning utsprida från en ringa yta så mycket ljus, att det alltid är alltför bländande och för mycket retar ögat. I dessa fall böra därföre skärmar användas, eller ljuskällorna anbringas på en sådan höjd, att ögat aldrig behöfver blicka in däri.

Ju mera man aflägsnar ljuskällan från det föremål, som skall betraktas, och ögat från detta, desto mera ljus behöfver man, då dettas styrka aftager, i samma mån som kvadraten på afståndet ökas. Man kan som bekant läsa en skrift vid en tändsticka, om man mycket närmar denna och ögat till skriften. Men ljuskällans närhet medför äfven olägenheter. Alla konstgjorda ljuskällor äro också värmekällor, och alla belysningar med lågor också källor till luftens förorenande.

Jag skall närmare betrakta dessa hygieniska faktorer vid de olika belysningssätten.

## 1. Ljusbehof och ljusmätning.

Huru mycket ljus måste falla på ett föremål, för att det i vederbörlig närhet skall tydligt kunna ses af ett normalt öga?

För att svara härpå, behöfves en ljusenhet. Rörande en sådan har redan mycket experimenterats och stridits. Lämpligast synes den af v. Hefner-Alteneck konstruerade lampan vara, hvilken mättas med en vätska af konstant sammansättning, som förbrinner, under det att hon lyser. Gasteknikerna taga ett vallratsljus af bestämd sammansättning. Men för det praktiska behofvet förslår också ett för enhvar lätt tillgängligt, godt stearinljus. Ett normalljus kallar jag ett stearinljus, som påtändt förtär 10—11 gram stearin i timmen och gifver en låga af 5 centimeters höjd.

Ett sådant stearinljus, placeradt på ett afstånd af 50 centimeter från det föremål, som skall beses, t. ex. en läslig skrift, gifver just den belysning, som är nödig för ett normalt öga, hvilket likaledes på 50 centimeters afstånd betraktar föremålet. Denna grad af belysning bör vid konstgjordt ljus aldrig minskas i de delar af ett boningsrum, där man skall läsa eller skrifva.

Om man placerade ljuset, icke på 50, utan på 100 centimeters afstånd från föremålet, så skulle detta icke synas ens hälften så klart som förut utan mycket dunklare, då ljuset ju icke aftager i den mån det enkla afståndet, utan i den mån det kvadratiska afståndet ökas, således här fyrdubbelt och icke blott dubbelt. Den kända ögonläkaren Cohn fordrar med rätta vid ljuskällans aflägsnande 1 meter 10 ljus (1 s. k. meterljus), hvilket motsvarar 2 $^1/_2$ ljus vid ett afstånd af $^1/_2$ meter.

Klarheten vid de olika belysningssätten angifves vanligen efter den hos ljus. Lampfabrikanten säger till köparen: denna fotogenlampa har 5, en annan 8, andra 10 och 12 ljus' styrka. Äfven då måste man utgå från ett bestämdt slags ljus. I praktiken är det äfven här tillfyllest med det ofvan betecknade normalstearinljuset. Denna af säljaren angifna styrkan kontrolleras emellertid sällan af köparen, ehuru det vore mycket lätt att göra det.*

* Bunsen har jämte många andra genialiska idéer äfven angifvit ett mycket enkelt förfaringssätt för ljusmätning (fotometri). Om man placerar en normalljuslåga och en fotogenlampa eller gaslåga eller ett elektriskt glödljus horisontalt midt emot hvarandra på ett afstånd af 2—3 meter, behöfver man blott utröna, hvarest mellan de båda ljuskällorna ljusstyrkan från ömse sidor är lika stor. Från denna indifferenspunkt mäter man afstånden till stearinljuset och till den midtemot stående ljuskällan, upphöjer afstånden till kvadrat, dividerar kvadraten på det förstnämnda afståndet uti den andra ljuskällans, då man får se, huru mycket starkare den senare är än stearinljuset.

Men huru finner man denna indifferenspunkt mellan de båda ljuskällorna, hvarest samma klarhet härskar? På denna sak beror ju hela beräkningen. Bunsen har därför anvisat det enklaste medel, en fettfläck på ett stycke hvitt papper. Man låter en droppe flytande stearin från ett brinnande ljus falla på ett pappersark och därpå stelna. Om man nu med en knif tager bort den stelnade stearinen, ser man en fettfläck, hvilken hållen mot ett fönster synes

Känner man styrkan hos en ljuskälla, kan man också beräkna, huru långt denna får aflägsnas från det betraktade föremålet för att kunna kasta ett tillräckligt ljus på detta. Ljusstyrkans aftagande är ganska betydligt, om man betänker, att 9 normalljus på 1 1/2 meters afstånd blott gifva lika mycket ljus som 1 normalljus på 1/2 meters afstånd. Det är därföre en fråga af nationalekonomisk betydelse att kunna bringa ljuskällan så nära som möjligt det föremål, som betraktas och betraktarens öga, utan att man därigenom besväras vare sig af värmen eller luftens förändring genom ljuskällan.

## 2. Belysning genom vanliga s. k. »ljus».

Numera ifrågakomma hufvudsakligen blott stearinljus. Vax-, vallrats- och paraffinljus äro på grund af sitt höga pris blott föga i bruk. Den store naturforskaren Davy (död 1829) såg i ett utan sot förbrinnande talgljus idealet för konstgjord belysning. När Murdoch för ungefär 70 år sedan företog sig att upplysa Watts maskinfabrik i London med gas från stenkol, så frånkände Davy detta nya belysningssätt all framtid, emedan talgljuset på ett mycket enklare och fullkomligare sätt i sig redan förenade allt, hvad man behöfde för att åstadkomma en upplysande låga. I veken vore både gasretorten och den uppvärmning, som behöfdes för lysgasens frambringande, förenade. Lågan gjorde städse just så mycket stearin flytande, som till dess näring måste uppsugas genom veken. Man behöfde inga kondensations- och reningsapparater, ingen ledning, ingen gasbehållare och fick intet ammoniakvatten, tjära eller koksrester att tillvaratagа, oafsedt den stora fara för explosion och förgiftning, som hotar vid oförbränd utströmmande gas. — Men likväl utbredde sig lysgasfabriker snart öfver hela England och kontinenten. Den store Davy anade heller icke, att det först af honom vid hans klassiska undersökningar öfver galvanismen upptäckta elektriska bågljuset kunde användas för praktiska ändamål. Under tidernas lopp ha olika slag af belysning så utvecklat sig, att belysningen medelst ljus numera alldeles trädt i bakgrunden och, såsom vi skola se, *vid lika ljusstyrka äfven är det dyraste belysningssättet.*

Ljuset brinner i samma atmosfär, i hvilken äfven människan befinner sig, och förändrar luften på samma sätt som människan gör det, hvilken beröfvar luften syre och meddelar åt den kolsyra, vattenånga och värme. Det är af intresse att jämföra de kvantitativa förhållandena mellan en människa och ett talgljus.

---

klarare, och mot en vägg dunklare än det omgifvande papperet. Om lika mycket ljus faller på båda sidorna af papperet, försvinner fettfläcken. Man flyttar nu detta stycke papper mellan de båda ljuskällorna fram och tillbaka och söker den punkt, hvarest fettfläcken försvinner, hvarest han hvarken synes klarare eller dunklare än papperet. På detta ställe är punkten för lika ljusstyrka från båda sidorna.

Man ställer t. ex. en fotogenlampa på ett bord nattetid eller om dagen i ett alldeles förmörkadt rum och 2 eller 3 meter därifrån på samma höjd ett normalljus. Jag vill i detta fall bestämma afståndet till 2 meter. Punkten för samma ljusstyrka blir i detta fall 50 centimeter från ljuset och 150 centimeter från fotogenlampan. I detta fall har fotogenlampan 9 normalljus' styrka, ty 50 upphöjdt till kvadrat är 2,500, och 150 upphöjdt till kvadrat är 22,500, och det förra talet innehålles 9 gånger i det senare.

Enligt Voits och mina experimenter rörande ämnesväxlingen kan man antaga, att en vuxen människa i tillstånd af hvila under en timme i genomsnitt ur luften upptager 38 gram syre och till luften aflemnar 44 gram kolsyra, 33 gram vatten och 92 värme-enheter (kilo-kalorier). Ett ljus, som förbränner 10 gram stearin i timmen, förtär 29 gram syre och aflemnar 28 gram kolsyra, 11 gram vatten och 80 värme-enheter Däraf ser man, att ett enda stearinljus meddelar åt luften nästan lika mycket värme som en människa och beröfvar luften nästan lika mycket syre. 10 ljus åstadkomma naturligtvis en 10 gånger så stark verkan.

Vi vilja nu se, huru det i dessa afseenden förhåller sig med de öfriga brukliga belysningsmedlen.

## 3. Fotogenlampe-belysning.

De oljelampor, hvilka förr mättades med prässade växtoljor hufvudsakligen rofolja), underhållas nu nästan uteslutande med bergolja (petroleum), hvilken består af kolväteämnen af olika flyktighet och förnämligast från Amerika kommer i handeln till ytterst billiga priser. Den är, förbränd i lämpliga lampor, numera det billigaste af alla lysämnen, och i jämförelse med ljus och stenkolsgas förorenar den också luften minst genom sina förbränningsprodukter. I detta afseende öfverträffas den blott af elektrisk belysning.

Antändes petroleum (vanligen hos oss kallad »fotogen», som betyder »ljusalstrare») i luften, så brinner den med en ganska rykande låga. För att utan rök förbränna den, måste veken erhålla en hylsa, genom och öfver hvilken medelst en såsom skorsten verkande glascylinder en stark luftström går, hvilken förbränner röken, i det den gör den hvitglödande och lysande. Hos de i handeln förekommande lamporna skiljer man mellan platt- eller klyfbrännare och rundbrännare. De senare tillvarataga bäst den i fotogen inneboende lyskraften. — Rubner har jämfört en stor rundbrännare med en liten plattbrännare och funnit, att man för att åstadkomma 10 normalljus' styrka hos den förra blott behöfver 20 gram petroleum i timmen, men däremot hos den senare 60 gram d. v. s. 3 gånger så mycket.

En större plattbrännare af 10 normalljus' styrka, med hvilken jag experimenterat, förtärde i timmen 35,5 gram fotogen. En sådan låga förtär i timmen 122 gram syre och gifver ifrån sig 117 gram kolsyra, 47 gram vattenånga och 370 värme-enheter.

10 stearinljus förtära 290 gram syre och afgifva 280 gram kolsyra, 110 gram vattenånga och 800 kilo-kalorier. Följaktligen, om man vill uppnå samma ljusstyrka med stearin, gör man luften ungefär dubbelt sämre och varmare.

Med bruket af fotogenen äro några faror förbundna. Det gifves nämligen svafvelhaltiga sorter, härstammande isynnerhet från Europa och Asien, hvilka vid förbränningen aflämna svafvelsyrlighet till luften. Dessa arter måste förkastas eller före användningen renas från sin svafvelhalt.

Fotogen utmärker sig som bekant framför icke flyktiga fettarter och oljor äfven genom sin lättantändlighet, alltså eldfarlighet, och genom

sin halt på ganska lätt flyktiga kolväten, hvarigenom den kan gifva anledning till explosioner. — Därföre är petroleumhandeln underkastad kontroll. Petroleum, hvars ångor fatta eld redan under 21° C., får icke förekomma i handeln. Men icke blott temperaturen, utan äfven lufttrycket utöfvar inflytande på antändligheten. Ju lägre lufttrycket är, desto lättare sker antändning. Därföre är antändningspunkten för ett och samma petroleumslag olika allt efter den ifrågavarande ortens höjdläge. Petroleum, som i Hamburg först vid 22° C. antändes, den antändes i München, som ligger öfver 500 meter högre, redan vid 20° C. Därföre måste man vid bestämmandet af antändningspunkten (flashing point) taga vederbörligt barometerstånd med i beräkning.

Om man något närmare granskar de offentliggjorda olycksfallen genom fotogen, så finner man, att det stora flertalet däraf icke sammanhänger med dess lätthet att taga eld utan med oförsiktighet, utspillning, i synnerhet vid påtändning, eller med dålig konstruktion eller behandling af lamporna. Om vekhylsan icke fullständigt utfylles af veken, utan ett fritt rum uppstår i hylsan, såsom då en för liten veke är fästad i hylsan, kan en antändning från lågan ske af den med luften blandade fotogenångan och oljebehållaren explodera; likaså om en fotogenlampa påfylles, utan att dess låga förut blifvit släckt.

God fotogen förblir flytande äfven vid en temperatur af under 0° C. Men på senare tider ha här och där i handeln förekommit sorter, hvilka vid låg temperatur »frysa» och sedan icke mera kunna uppsugas af veken. En stad i bayerska Schwaben hade infört fotogen till gatornas belysning, och där hände det, att under kalla nätter icke en enda gatlykta brann. I sådan fotogen äro många kolväten, som ha en låg smältpunkt, upplösta, i synnerhet affall från vaselinberedningen. Sådana oljor brinna mycket bra vid en temperatur öfver 0° och ha äfven en hög antändningspunkt, men de kunna frysa. Det gäller därföre att hos de till salu utbjudna fotogenslagen också undersöka, om de förblifva flytande vid lägre temperaturgrader.

(Forts.)

---

# Slutsatser eller summan af Hälsoläran.

af d:r A. Adrée, Stockholm 1842.*

1.

I en sund kropp bor en sund själ.

2.

Födan bör vara ur djur- och växt-riket, ungefär dubbelt ur det sednare. Ju enklare och mera okonstlad tillredningen är, desto hälsosammare. All förfinad kökskonst är skadlig.

3.

Den enda hälsosamma och under alla omständigheter, så väl i friska som sjuka tillståndet, oskadliga dryck är godt och friskt käll-

* Dessa Slutsatser, hemtade ur en nu 50-årig bok, som blef rätt strängt kritiserad på sin tid, synas oss mycket väl kunna förtjäna en plats i Hälsovännen.

vatten. Alla jästa och destillerade drycker, alla viner och brännviner äro skadliga, till och med svagdricka. Likaså andra öfverflödsdrycker såsom kaffe, the, glace, limonad m. m.

4.

Tobak kan icke nog fördömas. Den är alldeles oduglig till födoämne och borde som ett ohyggligt, långsamt verkande gift vara strängt förbjuden.

5.

Den bästa och naturligaste tiden för sömnen är ifrån kl. 1/2 9 på aftonen till kl. 1/2 4 på morgonen.

6.

Näst föda och sömn är en efter gymnastikens regler inrättad kroppsrörelse ett nödvändigt villkor för hälsa och välstånd.

7.

Den rätta tiden för ingående af äktenskap inträffar i vårt klimat vid fyllda 20 år för kvinnan och 25 år för mannen. Tidigare fortplantning medför mer eller mindre menliga följder så väl för föräldrar som barn.

8.

Badning i hafvet eller rinnande vatten minst tvänne gånger i veckan, så länge årstiden medgifver, samt ett ljumt bad i månaden under vintern jämte renlighet i kläder och boningsrum äro erforderliga villkor för hälsa, trefnad och lång lifstid.

9.

Kläderna, oberoende af modets fordringar, böra vara rymliga, lediga och varma. Snörlif, strumpeband och allt, som förorsakar en fortfarande tryckning, är mycket skadligt.

10.

Under sjukdom är diet och vård det viktigaste. Ju mindre medikamenter man kan begagna, ju förr återvinnes hälsan. Frisk luft är det viktigaste af allt. Alla rökelser och luftreningsmedel äro onyttiga och skadliga.

11.

Åderlåtning är ett farligt missbruk och förorsakar mycket ondt. Den bör aldrig, utom någon gång på läkares förordnande, tillåtas.

12.

Stenrikets alster äro odugliga till föda och fientliga mot hälsan. Metallerna äro farliga gifter och medföra, efter fortsatt bruk, sjukdom och död. Därföre böra läkemedel, liksom födoämnen, (helst) tagas ur djur och växtriket.

# Bakteriers afsöndring utur kroppen.

Då bakterierna äro för vår kropp främmande ämnen, måste de på ett eller annat sätt utsöndras ur densamma. Detta kan möjligen ske genom alla våra afsöndringsorganer: huden, tarmen, lefvern, njurarna, lungorna och körtlarna. Därmed är dock icke sagdt, att alla vägarna begagnas. För att lösa denna fråga hafva två italienska läkare gjort rön på djur. De hade därtill en särskild anledning af flere iakttagelser angående det inflytande, som saknaden af dricksvatten utöfvar på dispositionen för mjältbrand. De använde 5 bakteriearter, nämligen mjältbrandens och flera varbildande bakterier. Till försöksdjur togos hyndor, marsvin och hvita möss. På dessa insprutades bakterierna, oftast i buljongodling under ryggskinnet eller i halsvenen.

Författarna kommo till följande resultat: Sedan renodlingar af bacillerna blifvit insprutade, iakttogs deras utsöndring på flera vägar; galla och urin voro nästan alltid bakteriehaltiga, ofta äfven flertalet afsöndringar från slemhinnorna; likaså mjölk och säd. De sjukdomsalstrande arternas afsöndring började mycket snart, redan efter 4 timmar och fortforo ända till döden; de oskadliga arterna afsöndrades först efter 24—50 timmar. Efter smittans början förflöto 4—6 timmar, innan mjältbrandsbakterierna kunde påvisas i blodet; i många organ påträffades de tidigare än i blodet.

Härmed hafva författarna bekräftat andra forskares iakttagelser, att bakterierna på flere vägar kunna lämna kroppen. Men de hafva också påvisat, att de smittade djurens njurar alltid förete vissa förändringar. Det är alltså antagligt, att de afsöndrande organen äro sjukligt förändrade, hvarigenom de *kunna* bilda utgångsvägar för bakterierna. »Däraf framgår nödvändigheten att vid smittosjukdomar vara betänkt på smittrening af samtliga kroppens utsöndringar. Vidare måste man söka bekämpa sjukdomen därigenom, att man så mycket som möjligt försätter organen i afsöndringsverksamhet, isynnerhet genom *riklig tillförsel af vatten, hvarigenom kroppen liksom genomspolas*».

---

# Regntäta kläder.

Bland de yttre orsaker till ohälsa, för hvilka människokroppen i vårt klimat är ganska mycket utsatt, är »förkylning» ju en af de oftast förekommande. Denna uppkommer, som kändt är, då kroppen plötsligt och oväntadt utsättes för en betydlig värmeförlust på någon af de tre vägar: strålning, ledning eller vattenafdunstning, å hvilka värme ständigt bortgår från densamma. Våra kläders hufvuduppgift är att i möjligaste mån så reglera värmeförlusten å dessa vägar, att kroppstemperaturen äfven under de mest växlande förhållanden bibehålles i det närmaste oförändrad.

Förutom ett lämpligt val af ett ur åtskilliga andra synpunkter förmånligt beklädnadsämne och tillverkningssätt spelar härvid detta

ämnes förhållande till luftens fuktighet en synnerligen viktig roll. Ju lättare ett plagg i sig upptager och bibehåller denna fuktighet, desto mindre är det i stånd att på ett tillfredsställande sätt fylla sin ofvannämnda uppgift. Då plagget blir genomvått, uttränges nämligen luften ur väfnadens maskor, hvilka i stället fyllas med vatten, och som detta bortleder värme betydligt lättare än den luft, som förut fanns i dessa maskor, så blir den naturliga följden den, att de våta kläderna orsaka kroppen en starkare värmeförlust än de torra, de »kyla» som man säger. Denna afkylande verkan ökas ännu mer därigenom, att vattnet småningom afdunstar och tager en del af det härtill behöfliga värmet från kroppen.

Bland de medel, genom hvilka man därför sökt att möjligast minska de vanligaste beklädnadsämnenas mottaglighet för väta är *impregnering* ett numera mycket användt sätt. Många olika impregneringsmetoder finnas, men svårigheten vid dem alla är att visserligen hindra vattnets intrångande i tygets massa, men dock icke täppa dettas porer så, att den för kroppens hälsa nödvändiga utdunstningen i skadlig mån inskränkes. Efter långvariga och grundliga experiment har denna uppgift blifvit på ett tillfredsställande sätt löst af *Svenska impregneringsaktiebolaget.* Därom vittna otvifvelaktigt en stor mängd intyg från enskilda personer och myndigheter.

Dessa fabrikater utmärka sig fördelaktigt därigenom, att de hvarken äro lufttäta, styfva, illaluktande eller på annat sätt oangenäma för lukt och känsel, och medföra intet obehag eller olägenhet i sanitärt afseende. De skilja sig till utseende icke från vanliga kläder eller tyger, äro lätta att hålla rena från dam, våt smuts och fläckar och angripas ej af mal, en ovärderlig fördel, hvadan också bolagets impregneringsmetod med fördel funnit användning å möbeltyger. Använd å segel- och tältduk, markisväf o. d. har den visat sig skydda mot mögelfläckar, »jordslag» och röta samt föröka dessa väfnaders varaktighet.

Denna *svenska* impregneringsmetod synes således uppfylla alla rimliga fordringar — äfven den af billighet — och dess användande för klädesplagg borde därför få anses såsom ett godt medel till förekommande af de hälsorubbningar, hvilka kunna blifva en följd af »våta kläder» i synnerhet för militärer, turister, jägare, skolungdom, sportmän m. fl.

Bolaget, som bland annat för svenska staten hittills impregnerat ej mindre än 50,000 kv.-meter kapp- och uniformskläden, segelduk m. m. och kan förete de amplaste förord från vederbörande militärauktoriteter, har nyligen sett sig böra högst betydligt utvidga sin verksamhet. En utställning och detaljförsäljning finnes i »Sagerska huset», *n:r 16 Hamngatan,* härstädes.

(St. D.)

---

# Faran af blyhalt i kokkärl.

Bly hör såsom bekant till de giftiga metallerna och dess inverkan på den mänskliga organismen visar sig i påfallande förändringar

i blodkärlen samt kännetecknas af s. k. blykolik, långsam puls, aptitförlust, kräkningar etc. För dylik blyförgiftning äro i främsta rummet arbetare vid blyhvitt-, porslins- och mönjefabriker etc. utsatta, men samma symptomer, ofta af svår art, inträda äfven efter njutandet af maträtter, isynnerhet sura, som kokats uti eller stått i beröring med matlagningskärl med blyhaltig förtenning eller emalj. Exempel finnas, att blyförgiftning uppstått genom förtärandet af med kromgult (kromsyrad blyoxid) färgadt bakverk, ja, t. o. m. genom att snusa i blyhaltig stanniol inslagen snustobak.

Då blyförgiftningarna äro sjukdomssymptom af allvarlig beskaffenhet och ej sällan visat sig medföra ägghvite-sjuka, njurlidanden etc., bör man naturligtvis söka att undanrödja alla orsaker, som kunna medföra dem. En af de viktigaste af dessa torde vara det ofvannämnda användandet af blyhaltiga förtenningar uti för matlagning afsedda kärl.

I utlandet har man flerestädes på lagstiftningens väg sökt bereda allmänheten skydd i detta hänseende. Sålunda är i Tyskland (Reichsgesetz af 25 juni 1887) förbjudet att använda kok-, matlagnings- eller drickskärl, som »äro förfärdigade af bly eller någon metallegering, som på 100 viktsdelar innehåller mera än 10 viktsdelar bly, eller som äro förtennta med en metallegering, som på 100 viktsdelar håller mera än 1 viktsdel bly, eller äro lödda med en legering, som på 100 viktsdelar innehåller mera än 10 viktsdelar bly.»

Hos oss saknas dylika lagbestämmelser och användandet af äfven ansenliga blyhalter i förtenningar synes vara en ganska ofta förekommande sak. Vid en undersökningsserie, som nyligen företagits å förtenningar, som verkstälts å matlagningskärl (kastruller, kaffepannor etc.) i Stockholm, erhöllos sålunda följande blyhalter resp.: 1,20 %, 18,89 %, 2,39 %, 1,91. %, 34,51 % och 5,40 %; följaktligen ej en enda af dessa, som uppfyllde de i Tyskland gällande lagbestämmelserna och ett fall med öfver en tredjedel bly i förtenningen(!)

En reform synes härvidlag vara af behofvet påkallad. Ett steg i rätt riktning är det därföre, att förtenningsanstalterna låta kemiskt undersöka allt tenn de använda, och en firma i hufvudstaden, Östermalms kemiska förtenningsfabrik (A. Lothigius) tillkommer förtjänsten af att på eget initiativ hafva beträdt denna väg, i det den ställt hela sin förtenning under kompetent kontroll (Kemiskt-tekniska byrån), så att alla vid nämnda fabrik utförda förtenningar garanteras fria från skadlig blyhalt.

Det torde dock väl näppeligen i en dylik fråga vara tillfyllest att öfverlämna allt åt det enskilda initiativet, utan synes oss här fullt fog förefinnas att äfven på lagstiftningens väg inbegripa.

(*Norden*, Dec. 1892).

---

## Mot "onda bettet."

Ett gammalt och ofta användt medel mot bölder, fulslag och andra hastigt påkommande inflammerade svulster, är *hett* vatten. För

att bli verksamt måste det användas i god tid, så fort svullnad och värk begynna, ty sedan varbildning ägt rum, kan värken icke fördelas. Man förfar som följer: Den värkande delen nedsänkes i ett kärl med kallt vatten, hvarpå man småningom tillsätter varmt, till dess man icke tål det varmare.

Denna temperaturgrad underhålles nu minst en half timma. På detta sätt förfares 4 à 5 gånger på dagen. Om 12 timmar är svullnaden och värken vanligen borta. Den fysiologiska verkan af detta förfaringssätt, är den, att hettan håller blodkärlen fortfarande sammandragna och hindrar alltså blodet att föras till den angripna delen.

Försök det, med gör det tidigt och länge nog!

---

## Smärre meddelanden.

**Hafskuranstalten för skrofulösa barn vid Styrsö.** För denna i vårt land enastående anstalt är berättelsen för sistlidet år utkommen. Anstalten tillhör en förening med styrelsen i Göteborg. Genom donation af 10,000 kr. från framlidne David Carnegie samt mindre summor af diverse personer i Göteborg har föreningen blifvit i stånd att å Styrsö förlidet år inköpa en tomt och bygga ett sjukhus jämte kökshus, varmbadhus och afklädningshus vid kallbaden. I början af Augusti flyttade anstalten in i dessa lägenheter, hvilkas byggnadskostnad gick till omkring 17,500 kr. Anstalten har nu utrymme att mottaga 50 barn på en gång eller ungefär 100 på sommaren. Som emellertid »Föreningen» ej disponerar öfver större tillgångar, än att därmed 12 à 13 barn på en gång och 24 à 26 under hela sommaren kunna underhållas, äger anstalten tillfälle att mottaga ett stort antal extra patienter under nästa sommar.

»Af de 3 gångna årens redogörelser» — heter det i berättelsen — »torde till fullo framgå, att hafskuranstalten väl motsvarat sitt ändamål — det att återskänka skrofulösa barn hälsan. Till och med i så svåra fall, att den bästa vård i hemmen och på sjukhus intet kunnat uträtta, där erfarna läkare haft grundade skäl att anse sjukdomen obotlig — äfven där har hälsan kunnat återskänkas. Hvilken nytta denna anstalt sålunda kan uträtta för den enskilde och för samhället, torde af årsredogörelserna likaledes tydligen framgå. Anstaltens styrelse tager sig därför friheten att till landsting och kommuner lika väl som till enskilda personer hemställa, huruvida de ej skulle anse det vara med deras egen fördel förenligt och med kristlig plikt öfverensstämmande att till vår anstalt öfversända barn behäftade med skrofler för vård under sommarmånaderna.»

Anstalten ledes af doktor *P. Silfverskiöld,* en föreståndarska samt nödiga undersköterskor och tjänare. — Af de 27 barn, som vistades vid anstalten förliden sommar, blefvo alla så återställda, att de kunde kallas friska eller nästan friska. Vistelsen vid anstalten var för dem mellan 28 och 92 dagar. Kostnaden för hvarje barn var i medeltal 70 kr., för hvilket pris betalande barn torde kunna mottagas. — Redogörelsen för anstalten kan erhållas från d:r Silfverskiöld i Göteborg.

**Ny fransk lag rörande barns och kvinnors arbeten i fabriker** offentliggjordes i början af December i »Journal Officiel». Berörda lag angår såväl egentliga fabriker som grufvor, stenbrott och verkstäder af alla slag, däri jämväl inbegripna yrkesskolor och välgörenhetsinrättningar, med undantag dock i vissa fall af sådana anstalter, i hvilka blott sysselsättas medlemmar af en och samma familj under uppsikt af fader, moder eller förmyndare. Den ålder, som erfordras för barns arbete inom nämnda inrättningar, har fastställts till 13 år eller, då intyg företes om genomgången folkskolekurs, 12 år.

Arbetstiden skall vara som följer: för gossar och flickor under 16 år högst 10 timmar om dagen; för unga personer, likaledes af båda könen från 16 till 18 år högst 60 timmar i veckan och icke öfver 11 timmar om dagen, hvilken sistnämnda arbetstid ock är den längsta, som i allmänhet må förekomma

för kvinnor. — Den sålunda angifna dagliga arbetstiden skall dessutom afbrytas af en eller flere raster, tillsammans upptagande minst en timme, under hvilka raster allt arbete skall upphöra.

**Alkoholismen i Belgien.** Statistiska byrån i Brüssel har nyligen offentliggjort en följd af meddelanden om förbrukningen af spirituosa samt antalet alkoholister och värdshus m. m. i Belgien. Häraf framgår, att konungariket Belgien, med omkring 6½ millioner invånare, har omkring 300,000 »alcoholisés». Då i England ett värdshus kommer på hvar 400:e, i Holland på hvar 250:e och i Tyskland på hvar 215 invånare, kommer i Belgien ett utskänkningsställe på hvar 39:e invånare. Om man frånräknar kvinnor och barn, äro 15 belgier tillräckliga att föda en värdshusvärd. Konungariket Belgien har för närvarande endast 5,000 skolor men däremot 160,000 värdshus och brännvinsutskänkningsställen, där årligen förtäras 400 millioner liter brännvin till ett värde af 450 millioner francs.

**Förgiftning genom konserver.** Af likbesigtningen på en i Chatam, England, nyligen afliden löjtnant Hudlestone har framgått, att dödsorsaken varit förgiftning i följd af förtärande af skämda sardiner. Samtidigt ha två svåra sjukdomsfall under förgiftningssymptom efter förtärande af kött- och hummerkonserver inträffat i Hampstead och Bradford.

I en nyligen afgifven officiel rapport yttrar sig engelske statskemisten d:r Ballard om den fara som är förknippad med begagnandet af konserver. Enligt denna rapport ha under senaste decenniet i England förekommit 14 olika fall af dylik förgiftning. Flera gånger har det varit hela familjer, som insjuknat med koleraliknande symptom. 9 dödsfall ha förorsakats af förtärande af skämda köttkonserver. År 1886 blef i Carlisle ett bröllopssällskap på 20 personer förgiftadt, och bruden afled på bröllopskvällen efter de förfärligaste plågor. D:r Ballard gifver äfven upplysningar, huru skämda konserver skola kunna skiljas från friska. Köttet i bleckdosorna skämmes endast i det fall, att det icke blifvit tillräckligt kokt, då förruttnelse uppstår och vissa giftiga ämnen alstras. Samtidigt med denna förruttnelse utvecklas så mycket gaser, att lådans lock höjer sig. Fabrikanterna, som häraf se, att köttet icke kokat länge nog, bruka koka dylika lådor med uppblåst lock ännu en gång. Men härvid måste borras ett nytt hål i lådan, hvilket senare igenlödes. Då giftämnena emellertid icke förstöras genom den nya kokningen, utan behålla hela sin farlighet, så bör det vara en regel för köpare att aldrig köpa lådor med uppblåst lock och aldrig lådor med två igenlödda hål.

---

# Breflåda.

18. **Skogsman.** Ofta återkommande snufva kan bero på en kronisk svullnad någonstädes i näsans slemhinna, på någon nybildning (polyp eller dyl.) eller på annan organisk förändring i näsan. I dylika fall kan orsaken hvarken upptäckas eller borttagas utan noggrann undersökning och längre tids behandling af läkare, helst en specialist, då dylika åkommor äro särdeles svårbotliga. Beror snufvan på en allmän slapphet i näsans slemhinna, så kan insörpling i näsan dagligen af kylslaget vatten med eller utan tillsatser af koksalt, soda, alun eller dylikt, som verkar slemlösande och retande för slemhinnan, vara till nytta. Dylika lösningar kunna hålla 1 à 5 proc. Det mest ofarliga antiseptiska medlet är s. k. aseptin, d. v. s. en mättad borsyrelösning. — För öfrigt visar erfarenheten, att god värme om fötterna är viktigt för den, hvilken lätt får snufva.

Mot tillfällig hosta kan man göra sig en terpentinemulsion af matolja, rå äggula och gummislem, lika delar i vikt, som väl blandas, hvarefter till 100 gm af dylik blandning sättes 2 à 3 teskedar renad terpentin. Af denna emulsion tages en tesked 4 à 5 gånger på dagen. — På apoteken fås äfven »kryddor till bröstthé», af hvilka vid mera ihållande hosta tages en liten matsked till 1/6 liter kokhett vatten. Den frånsilade drycken drickes med bröstsocker eller honung efter smak morgon och afton.

19. **Th. i S.** Genom att stympa sin kropp tager man icke bort begärelserna i hjärtat, d. v. s. roten till det onda.

20. **A. H.** 1) Olika kitslighet i huden, d. v. s. olika retlighet i hudnerverna, har intet sammanhang med karaktären. 2) Det olika skaplynnet hos olika människor (d. ä. temperamentet) har man nog tillskrifvit olika beskaffenhet hos blodet; men det är väl snarare en medfödd olika natur hos nervsystemet, som dock kan genom eget arbete i viss mån bekämpas och öfvervinnas.

21. **Esse.** I noten sid. 55 af Mannens släktlif, 3:dje upplagan har Ni en beskrifning å protektorn, med hvars försäljning eller tillverkning vi icke hafva något att skaffa.

22. **En okunnig prenumerant.** Eder värk tyckes icke vara reumatisk utan snarare nervös, eftersom den förvärras af arbete och rörelse. En närmare bestämning af dess natur, orsaker och behandling kan icke göras utan närmare kännedom af eder person eller undersökning af eder kropp.

23. **Angelika.** Huruvida eder migrän kan hjälpas med vibrator eller elektricitet är omöjligt säga, troligen verkar ingendera annat än *lindrande*. Dock vilja vi heldre tillråda vibratorns bruk i hemmet än dessa omskrifna billiga elektriska apparater, som äro för afbruten ström och gifva en alltför stark retning af nerverna i dylika fall, då konstant ström är rätta formen af elektricitet. — Migrän kan bero på allmän svaghet eller på en lokal åkomma i hufvudet eller annorstädes i kroppen. Är det hos Eder en lokal åkomma i hufvudet, så *kan* vibratorn åstadkomma verklig bot genom bruk under längre tid.

24. **34-årig.** Det omskrifna kan icke anses såsom sjukdomsyttring. Se i öfrigt öfverskriften till Breflådan i N:r 1.

25. **K. M. B.** Tack för välvilliga brefvet! Hvad angår tuberkel-bacillens lifskraft utom organismen, har han befunnits i fuktigt tillstånd duka under för andra bakterier (förruttnelsebakterier) redan inom några veckor. Men i torrt tillstånd har han funnits kunna äga lifskraft 6—9 månader. — För böckerna från den patient, som dog 1890, behöfver Ni sålunda icke hysa farhågor. — Rörande andra smittosamma sjukdomar är tiden olika, men kan icke med säkerhet bestämmas för alla. Difterismittan synes hafva den största lifskraften, ty den kan bestå åtminstone ett år utom organismen i vissa fall.

26. **A. S.** Mot fräknarna har Ni medel i Helsov. 1891 sid. 212. Där nämnas bland andra medel: borax, citron-, ättik-, salicylsyra, jod och sublimat. Det sistnämnda är bästa medlet, men fås icke utan läkare-recept. I lindrigare fall kunna citronskifvor eller en deg af honing, ättika och stötta bittermandlar läggas på. Kraftigare verka borax- eller salicylsyrelösning (3—5 proc.) i vanligt vatten eller rosenvatten.

27. **Sparre.** Kroniskt eller periodiskt diarré är en sjukdom i groftarmen, som bäst behandlas med lavemanger af soda-, tannin- eller alunlösningar m. m. Hvarje fall måste specielt undersökas och behandlas. Dieten är naturligtvis äfven af vikt. Ni synes bruka för mycket mjölk- och grynmat. Köttmat (bäst biff) af godt kött utan feta såser bör icke förkastas. Af yttre medel äro neptunigördlar under en längre tid om nätterna att mest tillråda.

28. **A. F. H.** Eder slembildning i munnen synes bero på en mun- och näskatarr. Mot den förra får Ni begagna munvatten (se t. ex. ett sådant i noten sid. 21). Rörande näskatarren se här ofvan.

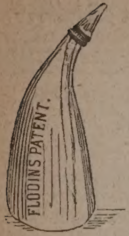
29. **Hjälpbehöfvande.** Suspensoarer och andra bandager fås från instrumentmakarna Stille, Verner och Jacoby härstädes. Deras adresser äro endast Stockholm. Bandagisten Schiönnings adress känna vi icke.

---

## Rättelse:

Sid 30 rad 10 uppifrån *står:* kokain, *läs:* koffein.

---




# Patenterad diflaska.

**Patent N:o 2243.**

Denna diflaska har den stora fördelen att lätt kunna hållas fullkomligt ren och är mycket bekväm för barnet. Den är äfven afsedd till *steriliserad mjölk,* som hrr läkare nu förorda. Den nedsättes då i en gryta med vatten och en fyrdubbel handduk i bottnen att koka i 30 minuter, då den är fyld med oskummad mjölk, tillsatt med *en tredjedel* vatten och litet socker, eljest rådfråge hvar och en sin läkare om mjölkblandningen. Flaskhalsen bör under kokningen vara tilltäppt med ren bomull, som icke bör borttagas, förrän barnet skall äta ur flaskan, då borttages bomullen och glasröret nedsättes i flaskan, *nappen neddrages långt utanpå flaskhalsen.* Man kokar på en gång så många flaskor som behöfs för dygnet. Med en *glödgad hårnål brännes ett par hål i nappen.* Dessa flaskor äro af *flere läkare rekommenderade och äfven af många andra,* som synes af de flaskan åtföljande cirkulären. *Hvarje flaska är försedd med mitt namn.* Flera tusen flaskor äro redan sålda. Finnas till salu (äfvensom passande nappar) i parti hos *grosshandl. hrr Aug. Abrahamson & C:ni i Göteborg, grosshandl. hrr Söderström & C:ni i Stockholm, m. fl.,* på alla *Apotek* samt i hvarje välsorterad *Glas-, Porslins- och Detaljaffär,*

Pris i detalj 50 öre *med* och 30 öre *utan* glasrör.

Upsala i Maj 1892. **Helena Flodin,**
(28) född *Flodin.*

---

# Skarlakansfebern,

dess orsaker, kännetecken och behandling.
Af d:r *E. W. Wretlind.*

**Pris: 30 öre.**

# Difteri,

dess orsaker, kännetecken och behandling.
Af d:r *E. W. Wretlind.*

**Pris: 35 öre.**

**Obs.** Dessa skrifter kunna erhållas i korsband från Helsovännens expedition. Bägge erhållas mot insändande af 60 öre. Frimärken, men icke sparmärken, tagas i *likvid.* (23)

---

**Tandläkaren P. Hedström,** behandlar tandsjukdomar, insätter artificiella tänder och plomberar.
**Skärgårdsgårdsgatan 21.** Kl. 10—2; 4—5. A. T. 21 53.

---

**Med. D:r H. Selldén,** behandlar speciellt **Gikt** och **Reumatism** samt **Nervsvaghet.**
**Hedemora.** Somrarne vid **Lassbo brunn.**

---

**Med. D:r E. W. Wretlind,** mottager sjukbesök kl. 9—10 f. m.
**Stockholm, Kungsgatan 16.**

---

**D:r O. Torstensson,** mottager under vintermånaderna lungsotslidande och med astma behäftade
boende å **Persbergs gård** vid **Sköfde,** till behandling. (2 d)

---

**Kapten R. Schenström** behandlar med massage, sjukgymnastik och vatten.
**9, Blasieholmstorg n. b.** kl. 11,30—12 f. m.

---

# Somnal Radlauer (Aethyl-Chloralurethan)

(Se n:r 5 af Therap. Monatshefte o. n:r 22 af Wien. med. Wochenschrift).

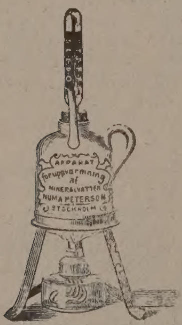
**Patenterad i de flesta länder.**

*Det verksammaste och oskadligaste sömnmedel i flytande form. En half tesked* i öl, mjölk eller kognak verkar en 6 till 8 timmars lugn sömn utan skadliga biverkningar. Användt och rekommenderadt i *Berlin.* i den *kgl. universitets-kliniken* af prof. **Senator,** i *Lazarus-sjukhuset* af öfverläkaren prof. **Lagenbuch,** i den *kgl. Charitén,* i stadens sjukhus *Moabit* och *Friedrichshain,* i *kliniken för nervsjuka* af prof. **Eulenburg,** liksom å *kliniken för inre sjukdomar* af prof. **Litten** och andra; i *Wien* å allm. sjukhuset på prof. **Meynerts** afdelning af d:r **Schubert** och i stadens sjukhus *Wieden.* — Mycket verksammare och billigare än kloral och sulfonal. 10 gm = 80 öre.

**Radlauers Antinervin-pulver** ersätter antipyrin i hvarje fall utan skadliga biverkningar; med utmärkt verkan använd af en stor mängd auktoriteter vid *astma, typisk feber, grippe, influensa, ledreumatism, gikt, podager, migrän, nevralgi;* $^1/_4$ så dyrt som antipyrin. Dos 0,5 gm. 10 gm = 80 öre. — **Radlauers Antiseptin-pulver,** (Zinc-boro-thymol-jodat) *fritt från elak lukt, ersätter jodoform och ichtyol* i alla fall. Användes såsom ströpulver i 10% salva med *Vaselin* mot *syfilitiska och tuberkulösa sår och hudutslag;* uti 1% vattenlösning mot gonorré. 10 gm = 80 öre. Användes på professor *Zulzerz klinik* för *Njur-* och *blåslidanden.* — Äkta blott från fabriken *Radlauers Kron-apotek i Berlin, NV.*

*Finnes på de flesta apotek.* (R. M. — 7×5).

---




*Mineralvattens* Uppvärmare st. 5 Kr.
*Spottkoppar* af porslin st. 60 öre
*Spottflaskor* af blått glas st. 2 o. 3 kr.
*Spottlådor* af porslin, för vattenfyllning för tuberkulos-patienter st. 2,25, 2,75 o. 3,25
*Morfinsprutor* af horngummi st. 2 kr.
» af nysilfver » 2,50 kr.
» med asbestpackning st. 4 o. 5 kr
» af elfenben st. 4 kr.
» med glasstaf st. 4 kr.
» » » och flaska st. 4,50 kr.
» *spetsar af platina-iridium* med förgyld hylsa st. 1,75 o. 2,25
*Rör för vattendrickning* st. 15 öre.
*Sköljkannor* af bleck eller lackerad zink med slang och rör 2 kr.
*Sköljkannor* af porslin med slang och rör 3 kr.
*Febertermometrar* af jenaglas med korrektionstabell st. 2 kr.
*Sårsprutor* af rent tenn med tre ringar 40 gm 3,25, 70 gm 3,75
**Elektriska apparater** enligt särskild priskurant, som sändes på begäran gratis

Stockholm i Maj 1892. (8) **Numa Peterson.**

---

# LANOLINUM PURISS. LIEBREICH.

Ett fullkomligt *antiseptiskt* salvmedel, som icke härsknar. Låter fullkomligt blanda sig med vatten och vatten-salt-lösningar.

**Benno Jaffé & Darmstaedter, Martinikenfelde bei Berlin.**

Utdrag ur literaturen rörande Lanolin erhålles på begäran franko.

(9)

# Tekniska Fabriken Röda Korset, Stockholm.

(Tillverkningen står under **offentlig** kontroll)

## Amerikansk Samaritbalsam,

äkta endast då flaskan är försedd med vår firma och varumärke:

**en ekorre**, pris 1: 25.

Ett med flere guldmedaljer i olika länder prisbelönt medel mot gikt, reumatism, sår, nervsmärtor, tand- och hufvudvärk, svullnad, sträckning, vrickning etc.

**Professor Downe's Sundhetssalt** pr ask eller påse 75 öre. Detta vetenskapligt sammansatta »sundhetssalts» välgörande egenskaper äro af alla, som en gång försökt det, rättvist uppskattade. Det är det *ypperligaste* medel mot dålig matsmältning, magsyra, dålig afföring, tryckning i maggropen m. m. Det sätter magen i ett utmärkt skick och höjer väsentligt aptiten. Ätes torrt och nedsköljes med vatten, en struken tesked efter hvar måltid. — Med en dålig mage förbittras det eljest angenämaste lif.

**Professor Downe's Sundhetssalt** uti kapslar, pr ask 1: 10. För att göra det angenämare att intaga, ha vi inlagt »Sundhetssaltet» uti kapslar, då ingen smak i munnen fås af det eljest skarpa saltet. Hvarje ask innehåller c:a 28 kapslar. De intagas 3 st. om dagen, helst efter maten. Intyg af handelskemisten åtföljer hvarje ask.

**Sundhetssalt för kreatur** i påsar om halft kg., pr påse 1 kr. Är ett kraftigt, närande och stärkande medel, verkar mot dålig matsmältning och matlust, mot besk, slemmig eller blodig mjölk, ökar *gräddafkastningen* samt är ett ofelbart medel till erhållande af godt smör, när detta vill gryna sig, eller eljest med svårighet kan frambringas.

OBS. Ofarligt enligt handalskemists intyg.

Undertecknad, som lidit af en mycket svår reumatisk värk i ryggen, har genom att använda Tekniska Fabriken Röda Korsets i Stockholm *Amerikanska Samaritbalsam* på fyra dagar blifvit fullt återställd, så att jag kan gå i fullt arbete, i stället för att jag förut knappast förmådde röra mig, hvilket allt af fri vilja och utan någons begäran jag till allmänhetens kännedom meddelar.

Stommen i Wads socken pr Tidans station den 14 Mars 1892.

**J. P. Johansson.**

Jag har begagnat en flaska af Eder Amerik. Samaritbalsam. Jag har varit ofärdig i en fot i 10 veckor och nu är jag bra. Tack för botemedlet. Här äro flere som ha blifvit botade. Ockelbo, Jädraås den 10 Maj 1892.

**J. O. Jakobson,** lokomotiveldare.

Tack för Amerk. Samaritbalsam Ni sände mig. Den var af utmärkt beskaffenhet och den bästa medicin jag har begagnat.

Jag har lidit af Reumatisk värk *i öfver 20 år*, men har ej pröfvat något som har gjort en sådan verkan. När värken satte åt som svårast tog jag litet balsam och smorde på och det gaf sig genast — — — —

Bispgården & Långliden den 25 sept. 1892. **Hans Nordin.**

Att jag, som i omkring sex månader led af en olidlig värk, nu är *fullkomligt* befriad därifrån har jag näst Gud att tacka Eder välgörande äkta Amerik. Samaritbalsam. — — — Jag fick en flaska och är efter ingnidandet af dess innehåll fullkomligt återställd, och eftersom folket här omkring sett mitt hastiga tillfrisknande, får jag nästan hvarje vecka lemna Eder adress. Påskallavik & Runnö den 25 sept. 1892.

**C. J. Sjösten,** fiskare.

Undertecknad har i 2 1/2 års tid lidit af gikt, så att jag varit nästan oduglig till att arbeta, ty hvarje rörelse har varit förenad med stor smärta. Om nätterna har det varit så svårt, att jag knappast kunnat röra mig, utan så, som jag har lagt mig om kvällarne, har jag måst ligga hela natten. Men sedan jag användt Tekniska Fabriken Röda Korsets *Amerikanska Samaritbalsam* har all smärta försvunnit, så att jag nu med lätthet kan arbeta. Och får jag härmed frambära min innerligaste tacksamhet samt rekommendera eder Samaritbalsam. Mariestad den 23 mars 1892.

(22) **J. Hjert,** skomakare.

# För hårets vård

rekommenderas ett hårmedel, som i vårt land torde vara det mest bepröfvade som finnes, och som af förbrukare erhållit de flesta och bästa vitsord, nämligen

## Ziwertz Extrait Vegetal,

hvilket, användt enligt föreskrift, så väl för friskt som sjukligt hår, visat sig vara till bästa gagn. *För att ej vilseleda* bör dock anmärkas, att personer, som redan längre tid varit kala, ej böra använda detta medel i tanke att därigenom erhålla ny hårväxt, ty så långt har ännu ej något hårmedel hunnit, utan **Ziwertz Extrait Vegetal** bör användas af personer, som vilja vårda ett ännu friskt hår, och af personer, som lida af mjällbildning i hufvudsvålen, samt slutligen af dem, hvilkas hår har benägenhet att lossna och falla af, ty i dessa fall är detta extrakt ett osvikligt botemedel. Bruksanvisning, jämte på erfarenhet grundade råd, huru man i allmänhet bör sköta sitt hår, medföljer hvarje flaska. Finnes till salu i **Ziwertz' Etablissement, Drottninggatan 49, Göteborg,** till pris af kr. 6 för hel- och kr. 3: 50 för half butelj, samt kr. 1: 50 för mindre flaska. Till enskilda förbrukare, i Stockholm och landsorten, sändes på reqvisition, dock ej mindre qvantum än hel butelj, och tillkommer då 30 öre för emballage. Återförsäljare erhålla å småflaskorna 33 proc. rabatt, när minst 2:ne dussin på en gång tagas.

**Återförsäljare äro för Stockholm: Fru Elin Edlund, Drottninggatan 63 och för Finland: Herr Eduad Vogt, Helsingfors.**

(1) **J. A. Ziwertz,** *kongl. hofleverantör.*

---

# Parkettgolf

specialtillverkning.

## A. B. Malmö snickerifabrik, Limhamn

rekommenderar sina parkettgolf af **massiv ek** såsom de bästa och billigaste inom Sverige. Golf inlagda och bonade från 74 öre kvadratfoten till högre pris. Tillverkas och lägges enligt ny metod, hvarå patent sökes. 5 års garanti. **Absolut dragfria.** Priskurant på begäran.

**OBS. Ej vanliga fanerade utan massiva** och såsom massiva nära outslitbara. (6)

---

## Illustreradt Familjeblad,

Sveriges enda illustrerade prakttidning med värkligt god kristlig tendens, kostar för helt år 5 kr., för halft år 2.50 och för kvartal 1.25.

Ill. Familjeblad, som utkommer en gång i veckan i stort 8-sidigt format, innehåller goda berättelser, skizzer och poem samt andra artiklar af allmännyttigt och intressant innehåll.

Hvarje n:r åtföljes af ett stort 16-spaltigt, med omsorg redigeradt

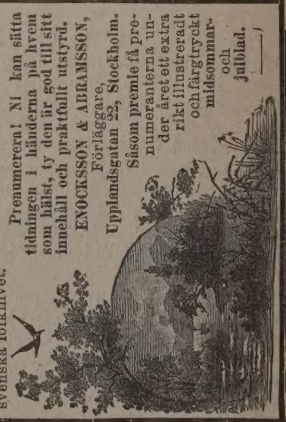
**Annonsblad,**

hvilket — utom annonser — innehåller ledande uppsatser i dagens frågor, nyheter från in- och utlandet, följetong m. m.

Illustreradt Familjeblad redigeras af pastor **August Schön** samt eger dessutom många framstående medarbetare, af hvilka vi nämna Gustaf Segerstéen, som på sitt af allmänheten högt uppskattade sätt i berättelser kommer att skildra svenska folklifvet.

Prenumerera! Ni kan sätta tidningen i händerna på hvem som hälst, ty den är god till sitt innehåll och praktfullt utstyrd.

ENOCKSSON & ABRAMSSON,
Förläggare,
Upplandsgatan 22, Stockholm.



Såsom premie få prenumeranterna under året ett extra rikt illustreradt och färgtryckt midsommar- och julblad.

(25)


---

Stockholm, Hemlandsvännens tryckeri, 1893.